

2012.3.26

いつも株式会社ういちを ご愛顧いただきどうもありがとうございます。

「旬の魚」 No. 51 バカガイ

今回は春に旬を迎える「バカガイ」ですが、流通しているのは剥き身がおおいため、「青柳」という名のほうがよく知られているかもしれません。



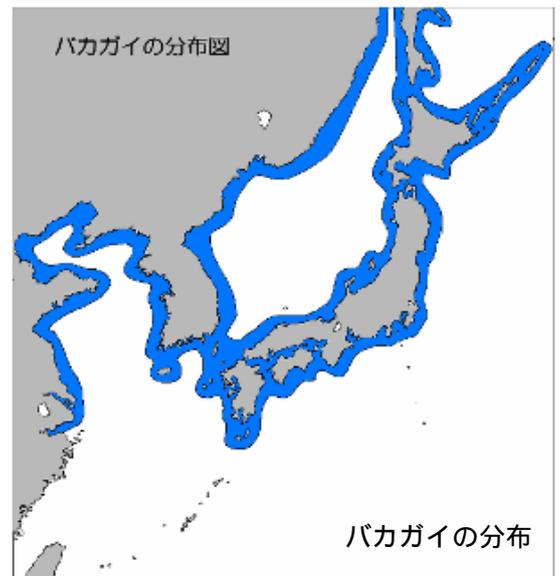
バカガイの写真

バカガイって、どんな貝？

バカガイはハマグリに良く似た二枚貝で、殻が薄く表面は滑らかで褐色をしています。成長すると殻長が8cm程になります。樺太から日本全国の沿岸、朝鮮半島、中国沿岸などの水深10mまでの砂地に生息しており、アサリよりも沖合いの少し水深の深いところにいます。産卵時期は春です。

大阪市場には、愛知県、千葉県から入荷してきます。殻付の貝の状態では入荷するものは少なく、剥き身をポイルしたものや生の貝柱が主体です。

身は鮮度落ちが早いので、殻付の貝を購入したらすぐに砂を落としてから調理することをおすすめします。



バカガイの分布

(バカガイの砂抜きの仕方)

バカガイはアサリなどよりも砂をかんでいることが多く、なかなか砂が抜けないので、剥き身にしてから砂を取り除くのが一般的です。やり方は、十分な水に貝を入れて沸騰させ、軽くポイルします。貝の蓋が開いたら貝から身を取り出し、ひとつずつ砂を洗い流します。このとき、茹で汁の上澄を残しておき、きれいに砂が取れたらもう一度先ほどの茹で汁で煮ます。

バカガイは殻が薄く壊れやすいので、アサリの貝を洗うように強く貝殻同士をこすり合わせると割れてしまうので、注意してください。

バカガイの加工品

バカガイは剥き身を「青柳(あおやぎ)」、貝柱を「小柱」や「アラレ」、足は「舌切り」と呼びます。バカガイに

は2つの貝柱があり、大きいほうを「大星」、小さいほうを「小星」と呼んでいます。

青柳（あおやぎ）の写真



「舌きり」(左)と小柱(右)



生の剥き身を干して目刺し状態にしたものを「姫貝」といい、軽くあぶって食べます。そのほかに、剥き身をみりん干した「桜貝」という珍味があります。

「バカガイ」という名前の由来

「バカガイ」という名前の由来は諸説あって、だらしなくオレンジ色の足をだらりと貝からはみださせているのが、バカみたいなのでこの名前がついたとか、ばかみたいにとたくさん獲れるからとか、家である貝が薄くて壊れやすいので、「破家貝」と書き、バカガイというようになったなど様々な説があってどれが本当かはわかりません。

ちなみにバカガイがだらしなく足を出しているのは、アサリなどの貝よりも水深が深い水中で生活するのに適した体になっているため、水から揚げられるとすぐに酸欠になってしまうためです。

また剥き身を「青柳」というのは、東京湾に面した千葉県市原市の青柳地区がかつてバカガイの集産地だったためこの名で呼ばれるようになりました。

バカガイのジャンプ力

硬い貝を持たないバカガイは、敵から身を守るために大きく伸びた足を逃げるために使います。敵が近づくと砂をかけてジャンプして逃げるのです。逃げるためにはあえて重い貝殻を薄くしたのかもしれないね。バカガイは名前とは違って賢い貝なのです。

バカガイの栄養

バカガイには貧血を予防する鉄分や、骨の形成に欠かせないカルシウム、血中のコレステロールを下げる働きがあるEPA やタウリンなど多く含まれています。またビタミン類も豊富です。

おさかなクッキング

小柱は搔き揚げや軍艦に、足は刺身やお料理されることが多いです。ポイルされた青柳は、酢の物やぬた、丼物などにさせていただきます。

青柳とわけぎのさっと煮

青柳の剥き身とワケギをさっと煮たもの。潮の香りがしておいしいです。ポイルした青柳を使ってもできますが、その場合はダシがあまりでないのかつおだし(顆粒)を少し加えてください。



【材料(2人分)】

青柳むき身・・・100g

ワケギ・・・1/2束

< 調味料 >

醤油・・・大さじ1、みりん・・・大さじ1、さとう・・・大さじ1/2、日本酒・・・大さじ4

だし汁・・・大さじ4【作り方】

【作り方】

むき身は薄い塩水でさっと洗って水を切る。ワケギは5cmくらいに切っておく。

鍋にだし汁と調味料を入れて火にかけ、のむき身、ワケギを入れて3分くらいさっと煮るだけです。貝に火が通り、ネギがしんなりすればでき上がりです。煮すぎないように！

旬の魚のバックナンバーはこちらから

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/main_bknum_fish.asp

株式会社うおいち メールニュース

お問い合わせ先

株式会社うおいち 営業広報課

電話:06-6469-2051

MAIL:kouhou@uoichi.co.jp

メールでのお問い合わせは、返答に時間がかかる場合があります。

あらかじめご了承ください。

株式会社うおいちのホームページはこちらから

URL <http://www.uoichi.co.jp>

取引先会員ページはこちらから

https://www.uoichi.co.jp/uoichi_member/member.asp

取引先会員ページのログインIDとパスワードを忘れた時は

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_member/01/send_password.asp

お問合せのメールアドレスは

kouhou@uoichi.co.jp
